



Un projet de l'association Slow Medicine ETS pour une approche de la montagne sobre, respectueuse et juste, qui favorise la santé et le bien-être pour tous

**MONTAGNA SLOW est:**



**SOBRE**

Montagna Slow encourage un modèle de vie saine, simple et essentielle, invite à éviter le superflu, les excès et la vitesse comme mythe, à défendre les ressources naturelles, économiques et du paysage, à ne pas faire courir des risques aux personnes

**EN MONTAGNE FAIRE PLUS ET RAPIDEMENT NE SIGNIFIE PAS FAIRE MIEUX**



**RESPECTUEUSE**

Montagna Slow respecte l'environnement et l'écosystème, les personnes, les plantes, les animaux, la culture, l'histoire et les traditions locales; elle favorise la connaissance de soi et la relation entre les personnes; elle respecte l'harmonie de la nature et ses temps

**AIMER LA MONTAGNE SIGNIFIE LA RESPECTER**



**JUSTE**

Montagna Slow est indiquée pour tous, pour tous les âges, pour toutes les conditions physiques et intellectuelles et pour toutes les situations économiques et sociales. Elle favorise le bien-être et la santé physique, intellectuelle et spirituelle de tous.

**LA MONTAGNE EST SANTÉ ET BIEN-ÊTRE POUR TOUS**

[www.slowmedicine.it/montagna-slow/](http://www.slowmedicine.it/montagna-slow/)